Беинса Дуно

от
**Беседи
обяснения
упътвания**

24 август 1919 г.

МЕТОДЪ
ЗА
СЕБЕКОНТРОЛЪ

МЕТОДЪ ЗА СЕБЕКОНТРОЛЪ

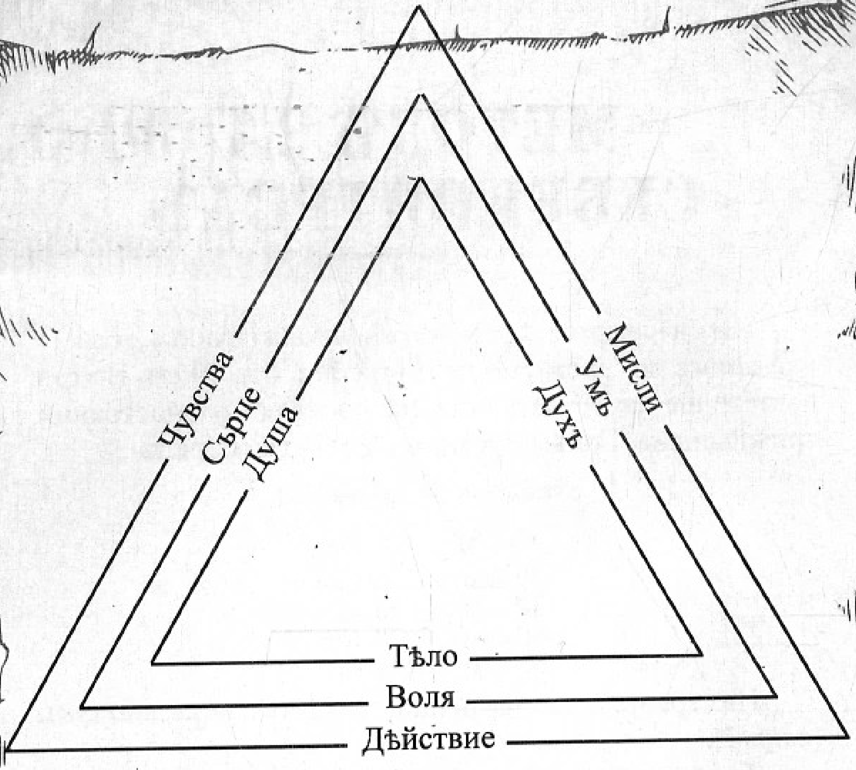
Ще си начертаете равностранен трижгълникъ, голѣмъ най-много до 50 см., но не по-малъкъ отъ 10 см. Вжтрѣ въ него ще начертаете още два по-малки равностранни трижгълника. Голѣмината имъ ще бжде споредъ

странитѣ и полетата:

10 с/м	5 м/м
20 с/м	10 м/м
30 с/м	15 м/м
40 с/м	20 м/м
50 с/м	25 м/м

На странигѣ имъ ще напишете както е показано тукъ (*стр. 2*):

Трижгълника ще поставите нѣйдѣ въ стаята или ще го имате въ бѣлѣжникъ у себе си и всѣка вечерь, прѣди лѣгане, ще отбѣлѣзвате по страните му точици съ съответни краски, като наблюдавате върху мислите, желанията и постжпкитѣ си, доколко сте запазили равновесие, кждѣ сте се отклонили прѣзъ деня, кждѣ куцате, изобщо дали вървите въ пътя на правилното развитие. Този трижгълникъ ще бъде една схема, който ще показва де куцате най-много, дали въ ума, сърцето или волята, дали въ душата, духа или тялото, дали въ чувствата, мислите или дѣйствията.



Законътъ е такъвъ: като направите погрѣшка, измѣнявате триъгълника, у васъ няма равновесие. Тогава ще се постараете да го възстановите. Няма да си легнете съ неразположение на духа, но ще гледате да въдворите хармония въ него; инакъ ще съборите онова, що градите. Това, що ви давамъ, е практически методъ за самопознание и изправление.

Сега ще ви дамъ упътване съ какви краски да отбелязвате точицитѣ въ триъгълниците – какъ да ги нашарите, да ги направите по-красиви.

Съ точици	Ще отбелязвате:	
Черни	Дисхармония на	Чувствата Мислите Действията
	Слабость на	Сърцето Ума Волята
	Упадъкъ на	Тялото
Червени	Подем на	Чувствата Мислите Действията
Зелени	Подем на	Сърцето Ума Волята
Сини	Подем на	Душата Духа Тялото
Виолетови	Крѣпость на	Сърцето въ добродѣтель
	Непоколебимость и смѣлость	Въ истината и вѣрата
	Победа надъ	греха (грешките)

Точицитѣ ще се поставятъ тамъ, дѣто дѣйностьта и проявата сѫ най-силни – черните извънъ трижгълницитѣ и ще вървятъ отгорѣ надолу, а за основата отдѣсно наляво; цвѣтнитѣ пъкъ ще вървятъ, отдолу нагорѣ, а за основата отляво къмъ дясно

Неволнитѣ грешки въ чувства, мисли и действия сѫ въ подсъзнанието, волнитѣ на сърцето, ума и волята – въ съзнанието, а ония на душата, духа и тѣлото – въ самосъзнанието.

Обяснение: Когато чувствата ви сѫ въ дисхармония, на страната на триъгълника, дѣто е отбѣлѣзано чувства, ще турите горѣ черна точица. Ако мислитѣ ви сѫ въ дисхармония, ще поставите на страната, дѣто стои „мисли“, горѣ, черна точица. Ако има дисхармония въ дѣйствията ви, на страната, дѣто е писано дѣйствие ще поставите черна точица, като вървите отлѣво къмъ дъсно. Ако сърцето ви е неразположено, усѣщате слабость, ще поставите черна точица на съотвѣтната страна. Злѣ ли сте разположени, точицитѣ ще слизатъ отгорѣ надолу, добрѣ ли сте разположени – отдолу нагорѣ. Ако цѣлия день сте добрѣ и сте доволни отъ работата си, ще поставите червена точица отдолу нагорѣ. Ако прѣзъ деня сте правили усилия и сте постигнали нѣкакъвъ резултатъ, имате подемъ въ развитието на сърцето си, ще поставите зелена точица. Ако сте направили усилия и сте подигнали душата си въ вѣра и добродѣтель, ще поставите синя точица. Ако сърцето ви е било крѣпко въ добродътель, не сте се поддали на изкушение, на грѣхъ, ще поставите на съотвѣтното мѣсто виолетова точица. Сѫщото нѣщо ще бѫде и за ума и мислитѣ. Ако вашиятъ умъ и вашитѣ мисли сѫ спомогнали за усилване на вашия животъ, на тѣхнитѣ мѣста ще поставите отвѫтрѣ трижгълника червена точица – да похвалите ума. Ако той ви е спъналъ живота, ще поставите черна точица. Ако видите, че вашиятъ умь е далъ права посока на вашия животъ, ще поставите зелена точица. Ако умътъ ви право разрешава въпроситѣ на истината и вярата, ще си турите синя точица – има подемъ. Ако сте били смѣли и рѣшителни въ истината и вѣрата, ще поставите виолетова точица. Ако волята ви се застѫпва за правъ и добъръ животъ, ще поставите на съотвѣтното мѣсто отлѣво къмъ дѣсно червена точица. Ако тя се застѫпва добрѣ за вашето саморазвитие, ще поставите зелена точица. Ако е твърда и положителна въ истината – синя точица. А ако е непоколебима въ пѫтя на истината – виолетова точица. Можете ли по тази схема сами да разрѣшите какво ще правите съ духа, душата и тѣлото си? Ще се водите по сѫщия пѫть. Отъ работата си върху този трижгълникъ ще може да познаете дѣ сте се отклонили, за да се поправите.

- Чернитѣ точици ще съберете поотделно въ особенъ бѣлѣжникъ и ще ги умножите съ 2 – число на борба – споредъ съотвѣтната краска, дѣто сѫ поставени чернитѣ точици.
- Червенитѣ, означени съ 4, ще умножите съ 2: **4 X 2 = 8**;
- зеленитѣ, означени съ 3: **3 X 2 = 6**;
- синитѣ, означени съ 5: **5 X 2 = 10**;
- виолетовитѣ, означени съ 7: **7 X 2 = 14**;

Ще рече, съотвѣтната грѣшка ще поправите съ толкова добри дѣла. Как го виждате, ще започнете да боравите съ математиката. Ще намѣрите чернитѣ точици, които прѣчатъ на вашия животъ, на вашето развитие, на вѣрата, на силата ви, и на всички, тѣзи числа ще, турите

минусъ; другитѣ сѫ плюсъ. Всѣко число, което сте изгубили, ще умножите съ 2. Например, въ живота имате 4 минусъ – ще го умножите: 4 X 2 = 8. Цифрата 8 е законъ на Духа; той ще ви научи да работите. За да можете да изправите една своя погрѣшка съ механическа точность, непрѣмѣнно трѣбва да я умножите. Не раздѣляйте, защото дроби не учимъ. Другъ примѣръ: имате слуга при васъ и сте обещали да му плащате по 10 лева на день, но му дадете само 5 лева; ако искате да поправите грѣшката си, трѣбва да я умножите съ 2, а именно 2 X 5 = 10. Двѣтѣ показватъ, че трѣбва да му платите два пѫти повече отъ онова, що сте му задържали, сиреч 10 лв. Петьтѣ лева, които сте му дали, ще отидатъ за лихва. Господь казва: „Четворно ще му въздамъ", ще рече, и съ лихвитѣ. Вие не можете да поправите една своя погрешка, докато не я умножите. Имате ли да давате нѣкому 3, ще умножите съ 2 и всичко ще се свърши. Чрѣзъ умножение вие поставяте вашия умъ въ дѣйствие и въ работа съ Божествения умъ.

Това, що ви давамъ, е за поправление, а не за наказание, защото наказанието не всѣкога поправя. Въ училищата има установени наказания за поправяне на децата. А вие ще мислите и дѣйствувате по Божествения законъ; умътъ ви ще работи като какъ да ликвидирате грѣшкитѣ си. Въ духовния свѣтъ законътъ е такъвъ: послѣдниятъ, часъ отъ деня и послѣдниятъ день отъ годината компенсира, поправя всичко, и обратно. Той дава условията за ликвидирането на кармата. Впрочемъ,

този законъ е вѣренъ и въ живота. Вие може да сте изгубили 365 дни, а въ последния да спечелите; той компенсира всички. И обратно: може да сте спечелили 365 дни, а въ послѣдния да изгубите. Настоящиятъ день е Божествениятъ, той компенсира, заглажда всичко; той е послѣденъ день за работа. Има дни, които не сѫ послѣдни. Може, да имате дни, но да нѣмате волове и орѫдия за работа. Та, не отлагайте работата си за другия день – да казвате: „утрѣ ще направя това – онова"; не, трѣбва да се мисли, че всѣка вечерь е послѣденъ день отъ живота ви. Ако ви се приспи и не изпълните работата си, ще отбѣлѣзвате въ бѣлѣжника си, че сте били немарливи.

Въ туй себеконтролиране да нѣма никакво самоосѫждане, да не ставате роби; но, като видите черна точица, умножете я на 2 и се зарадвайте, че ви се дава случай за работа. Да сѫдимъ постѫпкитѣ си, значи да се стремимъ да се изправимъ; но да казваме: „моята работа е свършена!" – това не е изправление, а самоосѫждане, което ученикътъ не бива да прави.

Тази работа ще започнете отъ 9 септемврий старъ стилъ. Прѣзъ цѣлата година ще шарите трижгълницитѣ и ще си давате отчетъ за всичко помислено, почувствано и сторено.

(Дадено на 24 августъ, 1919 г., недѣля, 7 ч. сутриньта).

ПРИЛОЖЕНИЕ

В основата на този метод, освен изправяне на негативите, които имаме, седи постоянното наблюдение на дейностите на окултния ни организъм. Защо това е важно? Преди всичко това води до все по-дълбоко себеопознаване, но по-съществения момент е ефектът от самия процес на наблюдаването. Защото – кой наблюдава? Наблюдателят е Висшият ни Аз. Или, в момента на наблюдаването, ние сме се изместили и пребиваваме във Висшият си Аз. Би възникнал въпросът „И какво от това?".

Какъвто и път да е избрал човек, каквато и школа, учение, направление, система от практики, с цел да се приближи до Бога, той задължително има да преминава един праг, който, когато надскочи, стига до така нареченото състояние на просветление. За да се случи това, общо взето всички знаят, че трябва да се повиши качеството и количеството на енергията в нас. Но малцина знаят, че за да се прескочи този праг, и да се стигне до просветление, освен дадено ниво на енергията е необходимо това ниво да бъде задържано и определено време, което всъщност е по-трудно изпълнимата задача. Защото всеки може да открие подходящи практики, с помощта на които в определено време от деня да повишава енергията си: и като качество, и като ниво. Но какво от това, ако сутрин бъде повдигната енергията, а през деня до вечерта тя бъде частично или напълно изхабена, в резултат на негативни преживявания. Тук искам да подчертая, че под негативни, се има предвид всяко преживяване, което е различно от състояние на радост, удовлетворение, вдъхновение. Всяко равнодушие, досада, която и да е рутинна дейност, е негативно преживяване или акт, при който губим енергия.

Така че, човек може да практикува цял живот и да не помръдне и крачка напред; да не говорим за възможността да прескочи въпросният праг по пътя към просветлението.

Негативните преживявания са краен продукт на негативни програми, изградени в нас и активирани през деня чрез външни стимули (дразнители) – програми които не са в обхвата на съзнанието ни.

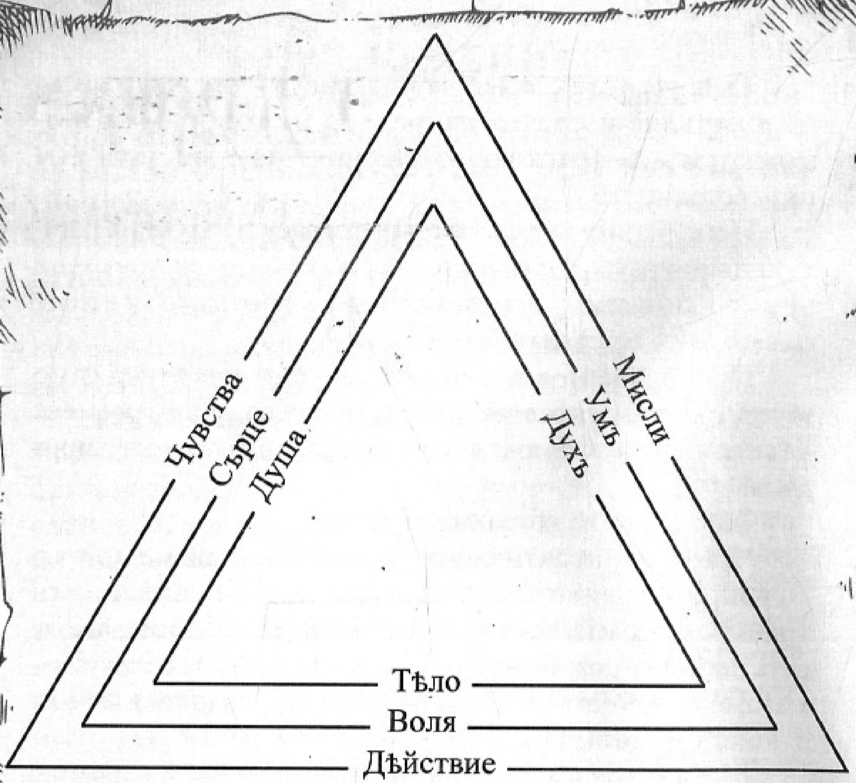
Препоръчано е в началото да се прави отчет само вечер. Но, в продължение на практиката се добива рефлекс да се извършва наблюдението и отчета все по-често през деня.

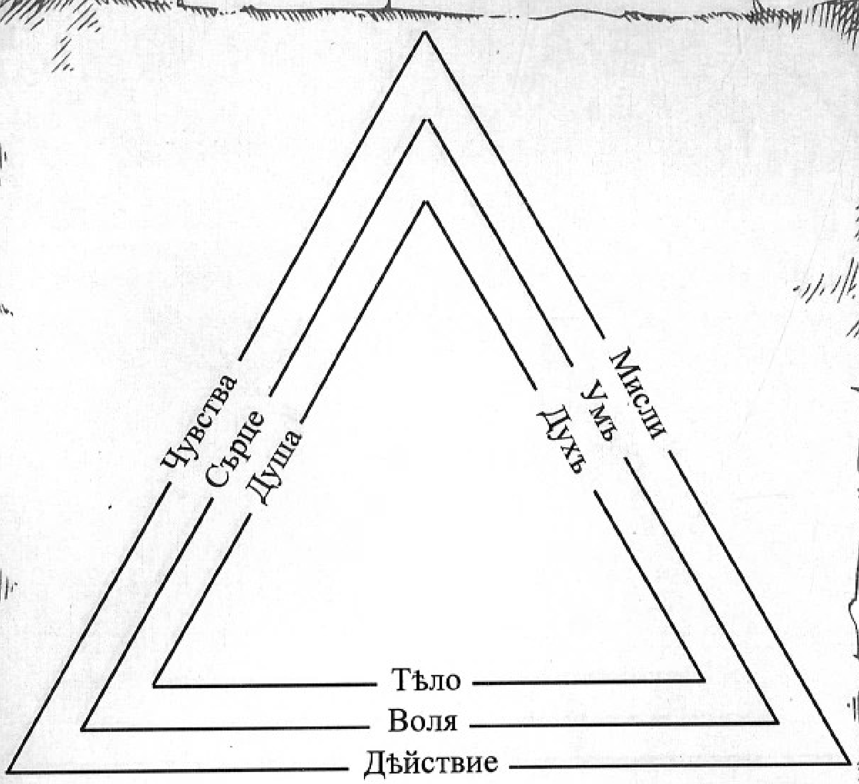
Това дава два глобални ефекта.

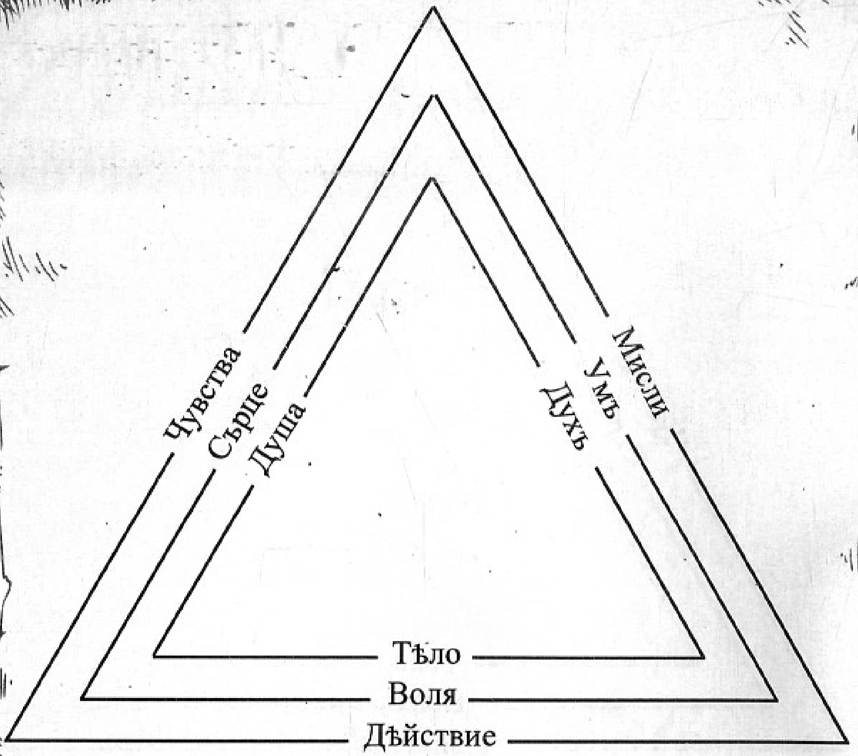
Чрез тази практика все повече получаваме достъп до въпросните негативни програми и възможност да ги трансформираме, което автоматично ни освобождава от негативните преживявания. Тоест – все повече се приближаваме до естественото си състояние, а нашата дълбока същност е чистата радост.

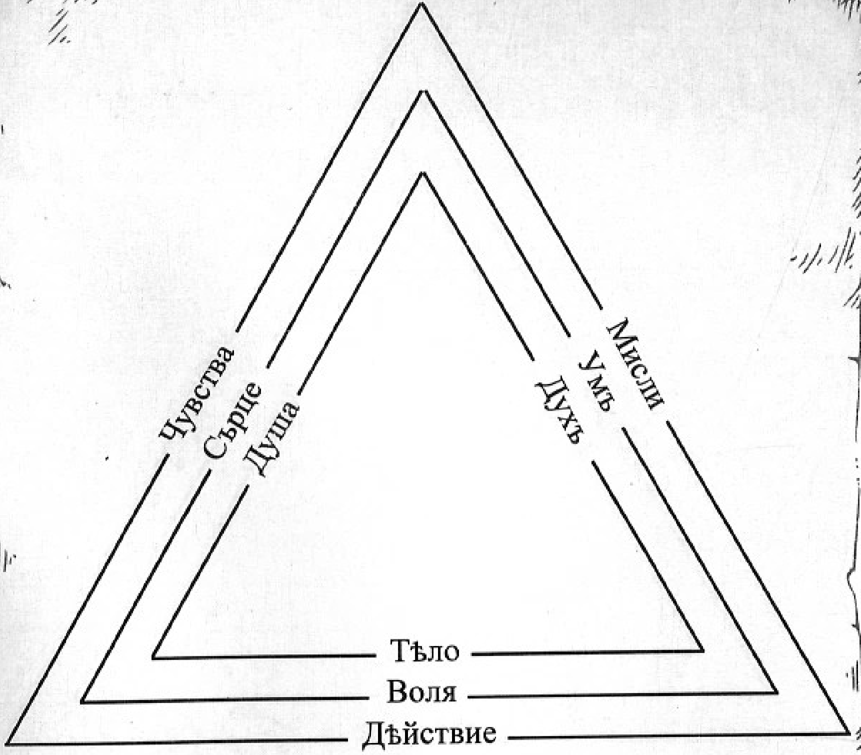
В същото време, все по-постоянното наблюдаване, респективно – пребиваване в областта на Висшия ни Аз, ни дава все по-голяма възможност да се освобождаваме от хаотичното и неконтролирано въздействие на ума, сърцето и волята върху нас. И, вместо да сме техни инструменти, ги превръщаме в наши инструменти.

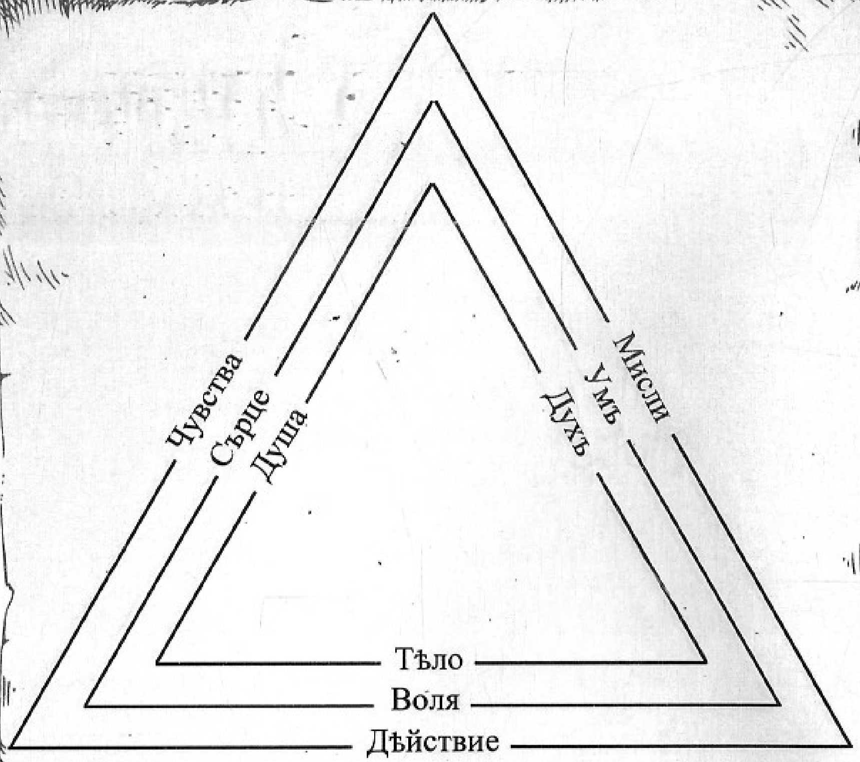
Тези два ефекта водят едновременно до повишаване на енергията в нас, до все по-рядко преживяване на негативизъм и все по-продължително пребиваване във високо енергийно състояние.

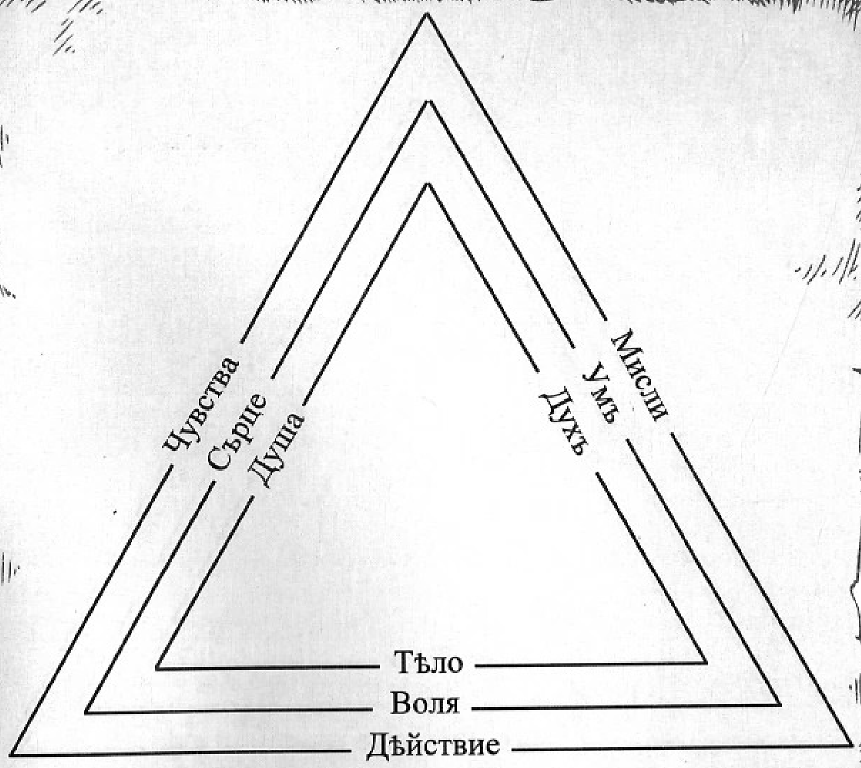

Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие

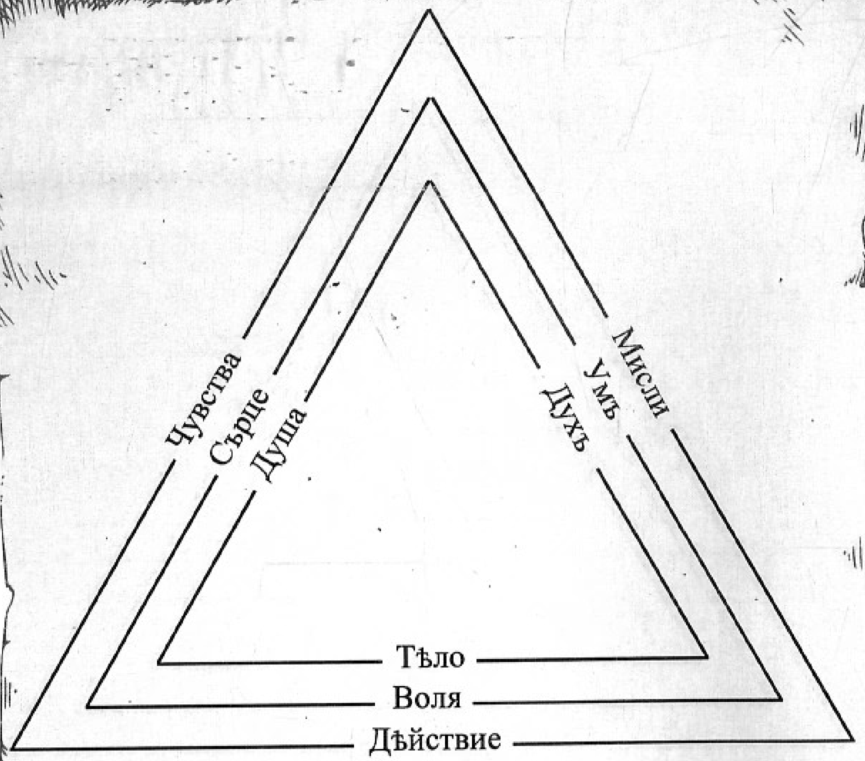

Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие


Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие


Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие


Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие


Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие


Чувства
Сърце
Душа
Мисли
Умъ
Духъ
Тѣло
Воля
Дѣйствие